|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
| Tuolijumppa  Rajakatu  9.00 - 9.30 | Tuupalan koulu  9.00 - 10.00 | Kuntosali  Syke  9.00 - 10.00 | Tuupalan koulu | Tuolijumppa  Rajakatu  9.00 - 9.30 |
| Tuolijumppa  Työkeskus  10.00 - 10.30 | Tuupalan koulu  10.00 - 11.00 | Kuntosali  Syke  10.00 - 11.00 | Tuupalan koulu | Tasapaino  Rajakatu  10.00 - 11.00 |
| Kuntosali  Syke  11.00 - 12.00 |  | Vaihtuva  Rajakatu  11.00 - 12.00 |  | Kuntopiiri  Rajakatu  11.00 - 12.00 |
| Kuntosali  Syke  12.00 - 13.00 | Mielenvireys  Rajakatu  12.00 - 13.00 |  | Kuntojumppa  Rajakatu  12.00 - 13.00 | Kehonhuolto  Rajakatu  12.00 - 13.00 |
| Tuupalan koulu  13.00 - 14.00 | Kuntojumppa  Rajakatu  13.00 - 14.00 | Liikuntakerho  Tuupalan koulu  13.00 - 14.00 | Aivoyhdistys  Rajakatu  13.00 - 13.30 |  |
| Tuupalan koulu  14.00 - 15.00 |  | Liikuntakerho  Tuupalan koulu  14.00 - 15.00 | Kuntosali  Syke  14.00 - 15.00 |  |
|  | Hyvinvointi Sampo  14.30 - 15.00 |  |  |  |
|  | Hyvinvointi Sampo  15.45 - 16.15 |  |  |  |